OBRAS DE SAN JUAN DE LA CRUZ

CAUTELAS, AVISOS, SENTENCIAS Y EPISTOLARIO

Editorial
APOSTOLADO MARIANO
Recaredo, 44 - 41003 SEVILLA
Tel.: 954 41 68 09 - Fax: 954 54 07 78
www.apostoladomariano.com

Con licencia eclesiástica

ISBN: 978-84-7770-674-8
Depósito legal: M. 40.390-2007

Impreso en España - *Printed in Spain*
Por: Impresos y Revistas, S. A. (IMPRESA)

Cautelas

QUE HA MENESTER TRAER SIEMPRE DELANTE DE SI EL QUE QUISIERE SER VERDADERO RELIGIOSO Y LLEGAR EN BREVE A LA PERFECCION

DIRIGIDAS A LAS CARMELITAS DESCALZAS DE BEAS

1. El religioso que quiere llegar en breve al santo recogimiento, silencio, espiritual desnudez y pobreza de espíritu, donde se goza el pacífico refrigerio del Espíritu Santo, y llega un alma a unirse con Dios, y se libra de los impedimentos de toda criatura de este mundo, y se defiende de las astucias y engaños del demonio y se desembaraza de sí mismo, tiene necesidad de ejercitar los documentos siguientes:

2. Con ordinario cuidado y sin otro trabajo ni otra manera de ejercicio, no faltando de suyo a lo que le obliga su estado, irá a gran perfección a mucha prisa, ganando todas las virtudes por junto y llegando a la santa paz.

3. Para lo cual, es primero de advertir que los daños que el alma recibe nacen de los enemigos ya dichos, que son: mundo, demonio y carne.

El *mundo* es enemigo menos dificultoso.

El *demonio* es más oscuro de entender.

La *carne* es más tenaz que todos, y duran sus acometimientos mientras dura el hombre viejo.

4. Para vencer cualquiera de estos tres enemigos es menester vencerlos a todos tres; y enflaqueciendo el uno, se enflaquecen los otros dos, y vencidos estos tres, no le queda al alma más guerra.

I. CONTRA EL MUNDO

5. Para librarte perfectamente del daño que te puede hacer el mundo, has de usar de *tres cautelas*.

PRIMERA CAUTELA.

6. La primera es que *acerca de todas las personas* tengas *igual amor e igual olvido,* ora sean deudos, ora no lo sean, quitando el corazón de aquéllos tanto como de éstos; y aun en alguna manera más de los parientes, por temor que la carne y sangre no se aviven con el amor natural que entre los deudos siempre vive, el cual siempre conviene mortificar para la perfección espiritual. Tenlos a todos como por extraños, y de esta manera cumples mejor con ellos que poniendo la afición que debes a Dios en ellos.

No ames a una persona más que a otra, que errarás. Porque aquél es digno de más amor, que Dios ama más, y no sabes tú cuál ama Dios más. Pero olvidándolos tú igualmente a todos, según te conviene para el santo recogimiento, te librarás del yerro de más o menos con ellos.

No pienses nada de ellos, ni bienes ni males; huye de ellos cuan buenamente pudieres. Y si esto no guardas, no sabrás ser religioso, ni podrás

llegar al santo recogimiento, ni librarte de las imperfecciones que esto trae consigo; y si en esto te quieres dar alguna licencia, con uno o con otro te engañará el demonio, o tú a ti mismo, con algún color de bien o de mal.

En hacer lo dicho hay seguridad, porque de otra manera no te podrás librar de las imperfecciones y daños que saca el alma de las criaturas.

SEGUNDA CAUTELA.

7. La segunda cautela contra el mundo *es acerca de los bienes temporales;* en lo cual es menester, para librarte de veras de los daños de este género y templar la demasía del apetito, *aborrecer toda manera de poseer,* y ningún cuidado debes tener de ello; no de comida, no de vestido, no de otra cosa criada, ni del día de mañana, empleando este cuidado en otra cosa más alta, que es *buscar el reino de Dios,* esto es, en no faltar a Dios, que *lo demás,* como Su Majestad dice, *nos será añadido* (*Mt.*, 6, 33); pues no ha de olvidarse de ti el que tiene cuidado de las bestias.

Con esto adquirirás silencio y paz en los sentidos.

TERCERA CAUTELA.

8. La tercera cautela es muy necesaria para que te sepas guardar en el convento de todo daño *acerca de los religiosos;* la cual por no la tener muchos, no solamente perdieron la paz y bien de su alma, pero vinieron y vienen ordinariamente a dar en muchos males y pecados.

Esta es que *te guardes* con toda guarda de no poner el pensamiento, y menos la palabra, en *lo que pasa en la comunidad;* qué sea o haya sido de

algún religioso en particular: no de su condición, no de su trato, no de sus cosas, aunque más graves sean, ni con color de celo ni de remedio, digas cosa sino a quien de derecho conviene decirlo a su tiempo; ni jamás te escandalices ni maravilles de cosa que veas o entiendas, procurando guardar tu alma en olvido de todo aquello.

9. Porque si quieres mirar en algo, aunque vivas entre ángeles, te parecerán muchas cosas no bien, por no entender tú la substancia de ellas. Para lo cual toma tú ejemplo de *la mujer de Lot,* que porque se alteró en la perdición de los sodomitas y *volvió la cabeza atrás* a mirar lo que pasaba, la castigó Dios *volviéndola en estatua de sal* (*Gen.,* 19, 26). Para que entiendas que quiere Dios que, aunque vivas entre demonios, de tal manera quiere que vivas entre ellos, que ni vuelvas la cabeza del pensamiento a sus cosas, sino que las dejes totalmente, procurando tú traer tu alma pura y entera en Dios, sin que un pensamiento de eso ni esotro te lo estorbe.

Y para esto ten por averiguado que en los conventos y comunidades nunca ha de faltar algo en que tropezar, pues nunca faltan demonios que procuran derribar a los santos, y Dios lo permite para ejercitarlos y probarlos. Y si tú no te guardas, como está dicho, como si no estuvieses en casa, no podrás ser religioso, aunque más hagas, ni llegar a la santa desnudez y recogimiento, ni librarte de los daños que hay en esto. Porque no lo haciendo así, aunque más buen fin y celo lleves, en uno o en otro te cogerá el demonio; y harto cogido estás, cuando ya das lugar a distraer el alma en algo de ello. Acuérdate de lo que dice el Apóstol Santiago (1, 29): *Si alguno piensa que es re-*

ligioso no refrenando su lengua, la religión de éste vana es. Lo cual se entiende no menos de la lengua inferior que de la exterior.

II. CONTRA EL DEMONIO

10. De estas *tres cautelas* debe usar el que aspira a la perfección, para librarse del demonio, su segundo enemigo. Para lo cual se ha de advertir que entre las muchas cautelas que el demonio usa para engañar a los espirituales, la más ordinaria es engañarlos debajo de especie de bien, y no debajo de especie de mal; porque ya sabe que el mal conocido apenas lo tomarán. Y sí siempre te has de recelar de lo que parece bueno, mayormente cuando no interviene obediencia. La seguridad y acierto en esto es el consejo de quien lo debes tomar.

PRIMERA CAUTELA.

11. Sea, pues, la primera cautela, que *jamás*, fuera de lo que por orden estás obligado, *te muevas* a cosa por buena que parezca y llena de caridad, ahora para ti, ahora para cualquiera de dentro o fuera de casa, *sin orden de la obediencia.* En esto ganas mérito y seguridad. Escúsate de propiedad y huirás del demonio y daños de que no sabes, de que te pedirá Dios cuenta en su tiempo. Y si esta cautela no guardas en lo poco y en lo mucho, aunque más te parezca que aciertas, no podrás dejar de ser engañado del demonio, en poco o en mucho. Y aunque no sea más de no regirte en todo por la obediencia, ya yerras culpablemente, pues Dios *más quiere obediencia que*

sacrificios (1 *Reg.*, 15, 22), y las acciones del religioso no son suyas, sino de la obediencia, y si las sacares de ella, te las pedirán como perdidas.

SEGUNDA CAUTELA.

12. La segunda cautela sea que *jamás mires al prelado como a menos que a Dios*, sea el prelado quien fuere, pues le tienes en su lugar. Y advierte que el demonio, enemigo de humildad, mete mucho aquí la mano. Y mirando al prelado como se ha dicho, es mucha la ganancia y aprovechamiento, y sin esto, grande la pérdida y el daño. Y así con grande vigilancia vela en no mirar su condición, ni en su modo, ni en sus trazas, ni en otras maneras de proceder suyas; porque te harás tanto daño, que vendrás a trocar la obediencia de divina en humana; moviéndote, o no te moviendo, sólo por los modos que vieres visibles en el prelado, y no por Dios invisible a quien sirves en él.

Y será tu obediencia vana, o tanto más infructuosa cuanto tú, por la adversa condición del prelado más te agravias o por la buena y apacible condición te alegras. Porque te digo que con hacer mirar el demonio en estos modos, arruinados en la perfección a grande multitud de religiosos tiene, y sus obediencias son de muy poco valor ante los ojos de Dios, por haberlos ellos puesto en estas cosas acerca de la obediencia.

Si en esto no te haces fuerza de manera que vengas a que no se te dé más que sea prelado uno que otro, por lo que a tu particular sentimiento toca, en ninguna manera podrás ser espiritual ni guardar bien tus votos.

Tercera cautela

13. La tercera cautela derechamente contra el demonio es, que de corazón procures siempre *humillarte en palabra y en obra,* holgándote del bien de los otros como del de ti mismo, y queriendo que los antepongan a ti en todas las cosas, y esto de verdadero corazón. Y de esta manera vencerás en el bien el mal, y echarás lejos al demonio y traerás alegría de corazón; y esto procura ejercitar más en los que menos te caen en gracia.

Y sábete que, si así no lo ejercitas, no llegarás a la verdadera caridad ni aprovecharás en ello. Y sé siempre más amigo de ser enseñado de todos que de querer enseñar al que es menos que todos.

III. CONTRA LA CARNE

14. De otras *tres cautelas* ha de usar el que quiere vencer a sí mismo y a su sensualidad, su tercer enemigo.

Primera cautela.

15. La primera cautela, que entiendas que no has venido al convento sino a *que todos te labren y ejerciten;* y así, para librarte de las imperfecciones y turbaciones que se pueden ofrecer acerca de las condiciones y tratos de los religiosos, y sacar provecho de todo acaecimiento, conviene que pienses que todos son oficiales los que están en el convento para ejercitarte, como a la verdad lo son: que unos te han de labrar de palabra, otros de obra, otros de pensamiento contra ti; y que

en todo has de estar sujeto como la imagen está al que la labra y al que la pinta, y al que la dora.

Y si esto no guardas, no sabrás vencer tu sensualidad y sentimientos, ni sabrás haberte bien en el convento con los religiosos, ni alcanzarás la santa paz, ni te librarás de muchos tropiezos y males.

SEGUNDA CAUTELA.

16. La segunda cautela, que *jamás dejes de hacer las obras por la falta de gusto o sabor* que en ellas hallares, si conviene al servicio de nuestro Señor que ellas se hagan; *ni las hagas por sólo el sabor o gusto* que te dieren, sino que conviene hacerlas tanto como las desabridas; porque sin esto es imposible que ganes constancia y venzas tu flaqueza.

TERCERA CAUTELA.

17. La tercera cautela sea que *nunca* en los ejercicios el varón espiritual *ha de poner los ojos en lo sabroso* de ellos para asirse a ellos, y por sólo ellos hacer los tales ejercicios; ni ha de huir lo amargo de ellos, antes ha de buscar lo trabajoso y desabrido. Con lo cual se pone freno a la sensualidad, porque de otra manera, ni perderás el amor propio, ni ganarás ni alcanzarás el amor de Dios.

CONSEJOS A UN RELIGIOSO

PARA ALCANZAR LA PERFECCIÓN

1. Pidióme su santa Caridad mucho en pocas palabras, para lo cual era necesario mucho tiempo y papel. Viéndome, pues, falto de todas estas cosas, procuraré de resumirme y poner solamente algunos puntos o avisos, que en suma contienen mucho y que quien perfectamente los guardare alcanzará mucha perfección. El que quisiere ser verdadero religioso y cumplir con el estado que tiene prometido a Dios, y aprovechar en las virtudes y gozar de las consolaciones y suavidad del Espíritu Santo, no podrá si no procura ejercitar con grandísimo cuidado los cuatro avisos siguientes, que son: resignación, mortificación, ejercicios de virtudes, soledad corporal y espiritual.

2. Para guardar lo primero, que es *resignación*, le conviene que de tal manera viva en el monasterio como si otra persona en él no viviese; y así, jamás se entremeta, ni de palabra ni de pensamiento, en las cosas que pasan en la comunidad, ni de los particulares, no queriendo notar ni sus bienes, ni sus males, ni sus condiciones; y aunque se hunda el mundo, ni querer advertir, ni entremeterse en ello, por guardar el sosiego de su alma, acordándose de la mujer de Lot, que porque volvió la cabeza a mirar los clamores y ruido de los que perecían se volvió en dura piedra. Esto ha menester guardar con gran fuerza, porque con ello se librará de muchos pecados e imperfecciones, y guardará el sosiego y quietud de su alma con mucho aprovechamiento delante de Dios y de los

hombres. Y esto se mire mucho, que importa tanto que; por no lo guardar muchos religiosos, no sólo nunca les lucieron las otras obras de virtud y de religión que hicieron, mas fueron siempre hacia atrás de mal en peor.

3. Para obrar lo segundo y aprovecharse en ello, que es *mortificación*, le conviene muy de veras poner en su corazón esta verdad, y es que no ha venido a otra cosa al convento sino para que le labren y ejerciten en la virtud, y que es como la piedra, que la han de pulir y labrar antes que la asienten en el edificio. Y así ha de entender que todos los que están en el convento no son más que oficiales que tiene Dios allí puestos para que solamente le labren y pulan en mortificación; y que unos le han de labrar con la palabra, diciéndole lo que no quisiera oír; otros con la obra, haciendo contra él lo que no quisiera sufrir; otros con la condición, siéndole molestos y pesados en sí y en su manera de proceder; otros con los pensamientos, sintiendo en ellos o pensando en ellos que no le estiman ni aman; y todas estas mortificaciones y molestias debe sufrir con paciencia interior, callando por amor de Dios, entendiendo que no vino a la Religión para otra cosa sino para que lo labrasen así y fuese digno del cielo; que si para esto no fuera, no había para qué venir a la Religión, sino estarse en el mundo buscando su consuelo, honra y crédito y sus anchuras.

4. Y este segundo aviso es totalmente necesario al religioso para cumplir con su estado y hallar la verdadera humildad, quietud interior y gozo en el Espíritu Santo. Y si así no lo ejercita, ni sabe ser religioso, ni aún a lo que vino a la Religión; ni sabe buscar a Cristo, sino a sí mismo; ni hallará

paz en su alma, ni dejará de pecar y turbarse muchas veces; porque nunca han de faltar ocasiones en la Religión, ni Dios quiere que falten, porque como trae allí a las almas para que se prueben y purifiquen, como el oro con fuego y martillo, conviene que no falten pruebas y tentaciones de hombres y de demonios, fuego de angustias y desconsuelos. En las cuales cosas se ha de ejercitar el religioso, procurando siempre llevarlas con paciencia y conformidad con la voluntad de Dios, y no llevarlo de manera que en lugar de aprobarle Dios en la probación, le venga a reprobar por no haber querido llevar la cruz de Cristo con paciencia. Por no entender muchos religiosos que vinieron a esto, sufren mal a los otros, los cuales al tiempo de la cuenta se hallarán muy confusos y burlados.

5. Para obrar lo tercero, que es *ejercicio de virtudes,* le conviene tener constancia en obrar las cosas de su religión y de la obediencia sin ningún respeto del mundo, sino solamente por Dios; y para hacer esto así y sin engaño, nunca ponga los ojos en el gusto o disgusto que se le ofrece en la obra para hacerla o dejarla de hacer, sino a la razón que hay de hacerla por Dios. Y así ha de hacer todas las cosas sabrosas o desabridas con este solo fin de servir a Dios con ellas.

6. Y para obrar fuertemente y con esta constancia y salir presto a luz con las virtudes, tenga siempre cuidado de inclinarse más a lo dificultoso que a lo fácil, a lo áspero que a lo suave, y a lo penoso de la obra y desabrido, que a lo sabroso y gustoso de ella, y no andar escogiendo lo que es menos cruz, pues es carga liviana; y cuanto más carga, más leve es, llevada por Dios. Procure tam-

bién siempre que los hermanos sean preferidos a él en todas las comodidades, poniéndose siempre en más bajo lugar, y esto muy de corazón; porque éste es el modo de ser mayor en lo espiritual, como nos dice Dios en su Evangelio (*Lc.*, 14, 11): *Qui se humiliat exaltabitur.*

7. Para obrar lo cuarto, que es *soledad*, le conviene tener todas las cosas del mundo por acabadas, y así, cuando por no haber más las hubiere de tratar, sea tan desasidamente como si no fuesen.

8. Y de las cosas de allá afuera no tenga cuenta ninguna, pues Dios le ha sacado y descuidado de ellas; el negocio que pudiere tratar por tercera persona no lo haga por sí mismo, porque le conviene mucho, ni querer ver a nadie, ni que nadie le vea. Y advierta mucho que si a cualquiera de los fieles ha Dios de pedir estrecha cuenta de una palabra ociosa, ¿cuánto más al religioso, que tiene toda su vida y obras consagradas a Dios, se las ha de pedir todas el día de su cuenta?

9. No quiero decir por esto que deje de hacer el oficio que tiene, y cualquiera otro que la obediencia le mandare, con toda la solicitud posible y que fuere necesaria; sino que de tal manera lo haga que nada se le pegue en él de culpa, porque esto no lo quiere Dios ni la obediencia. Para esto procure ser continuo en la oración, y en medio de los ejercicios corporales no la deje. Ahora coma, ahora beba, o hable o trate con seglares, o haga cualquier otra cosa, siempre ande deseando a Dios y aficionando a Él su corazón, que es cosa muy necesaria para la soledad interior, en la cual se requiere no dejar el alma para ningún pensamiento que no sea enderezado a Dios y en olvido de todas las cosas que son y pasan en esta

mísera y breve vida. En ninguna manera quiera saber cosa, sino sólo cómo servirá a Dios, y guardará mejor las cosas de su instituto.

10. Si estas cuatro cosas guardare su Caridad con cuidado, muy en breve será perfecto, las cuales de tal manera se ayudan una a otra, que si en una faltare, lo que por las otras fuere aprovechando y ganando, por aquella en que falta se le va perdiendo.

ORACION DEL ALMA ENAMORADA

¡Señor, Dios, amado mío! Si todavía te acuerdas de mis pecados para no hacer lo que te ando pidiendo, haz en ellos, Dios mío, tu voluntad, que es lo que yo más quiero, y ejercita tu bondad y misericordia y serás conocido en ellos. Y, si es que esperas a mis obras para por ese medio concederme mi ruego, dámelas Tú y óbramelas, y las penas que Tú quisieses aceptar, y hágase. Y si a las obras mías no esperas, ¿qué esperas, clementísimo Señor mío?, ¿por qué te tardas? Porque si, en fin, ha de ser gracia y misericordia la que en tu Hijo te pido, toma mi cornadillo (1), pues le quieres, y dame este bien, pues que Tú también le quieres.

¿Quién te podrá librar de los modos y términos bajos, si no le levantas Tú a Ti en pureza de amor, Dios mío?

¿Cómo se levantará a Ti el hombre engendrado y criado en bajezas, si no le levantas Tú, Señor, con la mano que le hiciste?

---

(1) *Cornado* (coronado) o *cornadillo*, es una moneda de cobre de escaso valor.

No me quitarás, Dios mío, lo que una vez me diste en tu único Hijo Jesucristo, en que me diste todo lo que quiero; por eso me holgaré que no te tardarás si yo espero.

¿Con qué dilaciones esperas, pues desde luego puedes amar a Dios en tu corazón?

Míos son los cielos y mía es la tiera; mías son las gentes, los justos son míos y míos los pecadores; los ángeles son míos, y la Madre de Dios, y todas las cosas son mías; y el mismo Dios es mío y para mí, porque Cristo es mío y todo para mí.

Pues ¿qué pides y buscas, alma mía? Tuyo es todo esto, y todo es para ti.

No te pongas en menos ni repares en migajas que se caen de la mesa de tu Padre; sal fuera y gloríate en tu gloria; escóndete en ella y goza, y alcanzarás las peticiones de tu corazón.

DICHOS DE LUZ Y AMOR

(Avisos y sentencias)

PROLOGO

1. También, ¡oh Dios y deleite mío!, en estos dichos de luz y amor de Ti se quiso mi alma emplear por amor de Ti; porque ya que yo, teniendo la lengua de ellos, no tengo la obra y virtud de ellos, que es con lo que, Señor mío, te agradas más que con el lenguaje y sabiduría de ellos; otras personas, provocadas por ellos, por ventura aprovechen en tu servicio y amor, en que yo falto, y tenga mi alma en qué se consolar de que haya sido ocasión que lo que falta en ella halles en otros.

2. Amas Tú, Señor, la discreción, amas la luz, amas el amor sobre las demás operaciones del alma. Por eso, estos *dichos* serán de *discreción* para el caminante, de *luz* para el camino y de *amor* en el caminar. Quédese, pues, lejos la retórica del mundo; quédense las parlerías y elocuencia seca de la humana sabiduría, flaca e ingeniosa, de que nunca Tú gustas, y hablemos palabras al corazón bañadas en dulzor y amor, de que Tú bien gustas, quitando por ventura delante ofendículos y tropiezos a muchas almas que tropiezan no sabiendo, y no sabiendo, van errando, pensando que aciertan en lo que es seguir a tu dulcísimo Hijo nuestro Señor Jesucristo, y hacerse semejantes a Él en

vida, condiciones y virtudes, y en la forma de la desnudez y pureza de su espíritu. Mas dala Tú, Padre de misericordia, porque sin Ti no se hará nada, Señor.

DEL AUTÓGRAFO DE ANDÚJAR

1. Siempre el Señor descubrió los tesoros de su sabiduría y espíritu a los mortales; mas ahora que la malicia va descubriendo más su cara, mucho los descubre.

2. ¡Oh Señor, Dios mío!, ¿quién te buscará con amor puro y sencillo, que te deje de hallar muy a su gusto y voluntad, pues que Tú te muestras primero y sales al encuentro a los que te desean?

3. Aunque el camino es llano y suave para los hombres de buena voluntad, el que camina caminará poco y con trabajo si no tiene buenos pies y ánimo y porfía animosa en eso mismo.

4. Más vale estar cargado junto al fuerte que aliviado junto al flaco. Cuando estás cargado estás junto a Dios, que es tu fortaleza, el cual está con los atribulados; cuando estás aliviado estás junto a ti, que eres tu misma flaqueza, porque la virtud y fuerza del alma en los trabajos de paciencia crece y se confirma.

5. El que sólo se quiere estar sin arrimo de maestro y guía, será como el árbol que está solo y sin dueño en el campo, que por más fruta que tenga, los viadores se la cogerán y no llegará a sazón.

6. El árbol cultivado y guardado con el bene-

ficio de su dueño, da la fruta en el tiempo que de él se espera.

7. El alma sola sin maestro, que tiene virtud, es como el carbón encendido que está solo; antes se irá enfriando que encendiendo.

8. El que a solas cae, a solas se está caído, y tiene en poco su alma, pues de sí solo la fía.

9. Pues no temes el caer a solas, ¿cómo presumes de levantarte a solas? Mira que más pueden dos juntos que uno solo.

10. El que cargado cae, dificultosamente se levantará cargado.

11. Y el que cae ciego, no se levantará ciego solo; y si se levantare solo, encaminará por donde no conviene.

12. Más quiere Dios de ti el menor grado de pureza de conciencia, que cuantas obras puedes hacer.

13. Más quiere Dios en ti el menor grado de obediencia y sujeción, que todos esos servicios que le piensas hacer.

14. Más estima Dios en ti el inclinarte a la sequedad y al padecer por su amor, que todas las consolaciones y visiones espirituales y meditaciones que puedas tener.

15. Niega tus deseos y hallarás lo que desea tu corazón; ¿qué sabes tú si tu apetito es según Dios?

16. ¡Oh dulcísimo amor de Dios mal conocido!, el que halló sus venas, descansó.

17. Pues se te ha de seguir doblada amargura de cumplir tu voluntad, no la quieras cumplir aunque quedes en amargura.

18. Más obediencia e impureza lleva el alma para ir a Dios si lleva en sí el menor apetito de cosas del mundo, que si fuese cargada de todas las feas y molestas tentaciones y tinieblas que se pueden decir, con tal que su voluntad razonal no las quiera admitir; antes el tal entonces puede confiadamente llegar a Dios por hacer la voluntad de Su Majestad, que dice: *Venid a Mí todos los que estáis trabajados y cargados, y Yo os recrearé.*

19. Más agrada a Dios el alma que con sequedad y trabajo se sujeta a lo que es razón, que la que faltando en esto hace todas sus cosas con consolación.

20. Más agrada a Dios una obra, por pequeña que sea, hecha en escondido, no teniendo voluntad de que se sepa, que mil hechas con gana de que las sepan los hombres. Porque el que con purísimo amor obra por Dios, no solamente no se le da nada de que lo vean los hombres, pero ni lo hace por que lo sepa el mismo Dios; el cual, aunque nunca lo hubiese de saber, no cesaría de hacerle los mismos servicios con la misma alegría y pureza de amor.

21. La obra pura y entera hecha por Dios,. en el seno puro, hace reino entero para su dueño.

22. Dos veces trabaja el pájaro que se asentó en la liga, es a saber: en desasirse y limpiarse de ella. Y de dos maneras pena el que cumple su apetito: en desasirse, y después de desasido, en purgarse de lo que de él se le pegó.

23. El que de los apetitos no se deja llevar, volará ligero según el espíritu, como el ave a que no falta pluma.

24. La mosca que a la miel se arrima impide

su vuelo; y el alma que se quiere estar asida al sabor del espíritu, impide su libertad y contemplación.

25. No te hagas presente a las criaturas si quieres guardar el rostro de Dios claro y sencillo en tu alma; mas vacía y enajena mucho tu espíritu de ellas y andarás en divinas luces, porque Dios no es semejante a ellas.

26. El espíritu bien puro no se mezcla con extrañas advertencias ni humanos respetos, sino sólo en soledad de todas las formas, interiormente con sosiego sabroso se comunica con Dios, porque su conocimiento es en silencio divino.

27. El alma enamorada es alma blanda, mansa, humilde y paciente.

28. El alma dura, en su amor propio se endurece. Si Tú en tu amor, oh buen Jesús, no suavizas el alma, siempre perseverará en su natural dureza.

29. El que la ocasión pierde, es como el que soltó el ave de la mano, que no la volverá a cobrar.

30. No te conocía yo a Ti, Señor mío, porque todavía quería saber y gustar cosas.

31. Múdese todo muy enhorabuena, Señor Dios, porque hagamos asiento en Ti.

32. Un solo pensamiento de hombre vale más que todo el mundo; por tanto, sólo Dios es digno de él.

33. Para lo insensible, lo que no siente; para lo sensible, el sentido, y para el espíritu de Dios, el pensamiento.

34. Mira que tu ángel custodio no siempre mueve el apetito a obrar, aunque siempre alum-

bra la razón; por tanto, para obrar virtud no esperes al gusto, que bástale la razón y entendimiento.

35. No da lugar el apetito a que le mueva el ángel cuando está puesto en otra cosa.

36. Secado se ha mi espíritu, porque se olvida de apacentarse en Ti.

37. Eso que pretendes y lo que más deseas no lo hallarás por esa vía tuya, ni por la alta contemplación, sino en la mucha humildad y rendimiento de corazón.

38. No te canses, que no entrarás en el sabor y suavidad de espíritu si no te dieres a la mortificación de todo eso que quieres.

39. Mira que la flor más delicada más presto se marchita y pierde su olor; por tanto, guárdate de querer caminar por espíritu de sabor, porque no serás constante; mas escoge para ti un espíritu robusto, no asido a nada, y hallarás dulzura y paz en abundancia; porque la sabrosa y durable fruta en tierra fría y seca se coge.

40. Cata que tu carne es flaca y que ninguna cosa del mundo puede dar fortaleza a tu espíritu ni consuelo; porque lo que nace del mundo, mundo es, y lo que nace de la carne, carne es, y el buen espíritu sólo nace del espíritu de Dios, que se comunica no por mundo ni carne.

41. Entra en cuenta con tu razón para hacer lo que ella te dice en el camino de Dios, y valdráte más para con tu Dios que todas las obras que sin esta advertencia haces y que todos los sabores espirituales que pretendes.

42. Bienaventurado el que, dejado aparte su

gusto e inclinación, mira las cosas en razón y justicia para hacerlas.

43. El que obra razón es como el que come substancia, y el que se mueve por el gusto de su voluntad, como el que come fruta floja.

44. Tú, Señor, vuelves con alegría y amor a levantar al que te ofende, y yo no vuelvo a levantar y honrar al que me enoja a mí.

45. ¡Oh poderoso Señor!, si una centella del tu imperio de tu justicia tanto hace en el príncipe mortal, que gobierna y mueve las gentes, ¿qué hará tu omnipotente justicia sobre el justo y el pecador?

46. Si purificares tu alma de extrañas posesiones y apetitos, entenderás en espíritu las cosas; y si negares el apetito en ellas, gozarás de la verdad de ellas, entendiendo en ellas lo cierto.

47. Señor Dios mío, no eres Tú extraño a quien no se extraña contigo: ¿cómo dicen que te ausentas Tú?

48. Verdaderamente, aquél tiene vencidas todas las cosas, que ni el gusto de ellas le mueve a gozo, ni el desabrimiento le causa tristeza.

49. Si quieres venir al santo recogimiento, no has de venir admitiendo, sino negando.

50. Yéndome yo, Dios mío, por doquiera contigo, por doquiera me irá como yo quiero para Ti.

51. No podrá llegar a la perfección el que no procura satisfacerse con nonada, de manera que la concupiscencia natural y espiritual estén contentas en vacío, que para llegar a la suma tranquilidad y paz de espíritu esto se requiere, y de esta

manera el amor de Dios en el alma pura y sencilla casi frecuentemente está en acto.

52. Mira que, pues Dios es inaccesible, no repares en cuanto tus potencias pueden comprender y tu sentido sentir, porque no te satisfagas con menos y pierda tu alma la ligereza conveniente para ir a Él.

53. Como el que tira el carro la cuesta arriba, así camina para Dios el alma que no sacude el cuidado y apaga el apetito.

54. No es de voluntad de Dios que el alma se turbe de nada ni que padezca trabajos, que si los padece en los adversos casos del mundo, es por la flaqueza de su virtud; porque el alma del perfecto se goza en lo que se pena la imperfecta.

55. El camino de la vida de muy poco bullicio y negociación es, y más requiere mortificación de la voluntad que mucho saber. El que tomare de las cosas y gustos lo menos, andará más por él.

56. No pienses que el agradar a Dios está tanto en obrar mucho como en obrarlo con buena voluntad, sin propiedad y respetos.

57. A la tarde te examinarás en el amor. Aprende a amar como Dios quiere ser amado, y deja tu condición.

58. Cata que no te entremetas en cosas ajenas ni aun las pases por tu memoria, porque quizá no podrás tú cumplir con tu tarea.

59. No pienses que porque en aquél no relucen las virtudes que tú piensas, no será precioso delante de Dios por lo que tú no piensas.

60. No sabe el hombre gozarse bien ni dolerse

bien, porque no entiende la distancia del bien y del mal.

61. Mira que no te entristezcas de repente de los casos adversos del siglo, pues que no sabes el bien que traen consigo ordenado en los juicios de Dios para el gozo sempiterno de los escogidos.

62. No te goces en las prosperidades temporales, pues no sabes de cierto que te aseguran la vida eterna.

63. En la tribulación acude luego a Dios confiadamente, y serás esforzado y alumbrado y enseñado.

64. En los gozos y gustos acude luego a Dios con temor y verdad, y no serás engañado ni envuelto en vanidad.

65. Toma a Dios por esposo y amigo con quien te andas de continuo, y no pecarás, y sabrás amar, y haránse las cosas necesarias prósperamente para ti.

66. Sin trabajo sujetarás las gentes y te servirán las cosas, si te olvidares de ellas y de ti mismo.

67. Date al descanso echando de ti cuidados, y no se te dando nada de cuanto acaece, y serviras a Dios a su gusto y holgarás en Él.

68. Mira que no reina Dios sino en el alma pacífica y desinteresada.

69. Aunque obres muchas cosas, si no aprendes a negar tu voluntad y sujetarte, perdiendo cuidado de ti y de tus cosas, no aprevacharás en la perfección.

70. ¿Qué aprovecha dar tú a Dios una cosa, si Él te pide otra? Considera lo que Dios querrá

y hazlo; que por ahí satisfarás mejor tu corazón, que con aquello a que tú te inclinas.

71. ¿Cómo te atreves a holgarte tan sin temor, pues has de parecer delante de Dios a dar cuenta de la menor palabra y pensamiento?

72. Mira que son muchos los llamados y pocos los escogidos, y que si tú de ti no tienes cuidado, más cierta está tu perdición que tu remedio, mayormente siendo la senda que guía a la vida eterna tan estrecha.

73. No te alegres vanamente, pues sabes cuántos pecados has hecho y no sabes cómo está Dios contigo, sino teme con confianza.

74. Pues que en la hora de la cuenta te ha de pesar de no haber empleado este tiempo en servicio de Dios, ¿por qué no le ordenas y empleas ahora como lo querías haber hecho cuando te estés muriendo?

75. Si quieres que en tu espíritu nazca la devoción y que crezca el amor de Dios y apetito de las cosas divinas, limpia el alma de todo apetito y asimiento y pretensión, de manera que no se te dé nada por nada; porque así como el enfermo, echado fuera el mal humor, luego siente el bien de la salud y le nace gana de comer, así tú convalerás en Dios si en lo dicho te curas; y sin ello, aunque más hagas, no aprovecharás.

76. Si deseas hallar la paz y consuelo de tu alma y servir a Dios de veras, no te contentes con eso que has dejado, porque por ventura te estás en lo que de nuevo andas tan impedido o más que antes; mas deja todas esotras cosas que te quedan y apártate a una sola que lo trae todo consigo, que es la soledad santa, acompañada con oración y

santa y divina lección, y allí persevera en olvido de todas las cosas; que si de obligación no te incumben, más agradarás a Dios en saberte guardar y perfeccionar a ti mismo que en granjearle todas juntas, *porque ¿qué le aprovechará al hombre ganar todo el mundo si deja perder su alma?*

PUNTOS DE AMOR

1. Refrene mucho la lengüa y el pensamiento y traiga de ordinario el afecto en Dios, y calentársele ha el espíritu divinamente.

2. No apaciente el espíritu en otra cosa que en Dios. Deseche las advertencias de las cosas y traiga paz y recogimiento en el corazón.

3. Traiga sosiego espiritual en advertencia de Dios amorosa, y cuando fuere necesario hablar, sea con el mismo sosiego y paz.

4. Tenga ordinaria memoria de la vida eterna, y que los que más abatidos y pobres y en menos se tienen, gozarán de más alto señorío y gloria en Dios.

5. Alégrese ordinariamente en Dios, que es su salud, y mire que es bueno el padecer de cualquiera manera por el que es Bueno.

6. Consideren cómo han menester ser enemigas de sí mismas, y caminar por el santo rigor a la perfección, y entiendan que cada palabra que hablaren sin orden de obediencia se la pone Dios en cuenta.

7. Intimo deseo de que Dios la dé lo que Su Majestad sabe que le falta para honra suya.

8. Crucificada interior y exteriormente con Cristo, vivirá en esta vida con hartura y satisfacción de su alma, poseyéndola en su paciencia.

9. Traiga advertencia amorosa en Dios sin apetito de querer sentir ni entender cosa particular de Él.

10. Ordinaria confianza en Dios, estimando en sí y en las hermanas lo que Dios más estima, que son los bienes espirituales.

11. Entrese en su seno y trabaje en presencia del Esposo, que siempre está presente queriéndola bien.

12. Sea enemiga de admitir en su alma cosas que no tienen en sí substancia espiritual, porque no la haga perder el gusto de la devoción y el recogimiento.

13. Bástele Cristo crucificado, y con Él pene y descanse, y por esto anihilarse en todas las cosas exteriores e interiores.

14. Procure siempre que las cosas no sean nada para ella, ni ella para las cosas; mas olvidada de todo, more en su recogimiento con el Esposo.

15. Ame mucho los trabajos y téngalos en poco por caer en gracia al Esposo, que por ella no dudó morir.

16. Tenga fortaleza en el corazón contra todas las cosas que le movieren a lo que no es Dios, y sea amiga de la Pasión de Cristo.

17. Traiga interior desasimiento a todas las cosas, y no ponga el gusto en alguna temporalidad, y recogerá su alma a los bienes que no sabe.

18. El alma que anda en amor, ni cansa ni se cansa.

19. Al pobre que está desnudo le vestirán; y al alma que se desnudare de sus apetitos, quereres y no quereres, la vestirá Dios de su pureza, gusto y voluntad.

20. Hay almas que se revuelcan en el cieno como los animales que se revuelcan en él, y otras que vuelan como las aves que en el aire se purifican y limpian.

21. Una palabra habló el Padre, que fue su Hijo, y ésta habla siempre en eterno silencio, y en silencio ha de ser oída del alma.

22. Los trabajos los hemos de medir a nosotros, y no nosotros a los trabajos.

23. El que no busca la cruz de Cristo, no busca la gloria de Cristo.

24. Para enamorarse Dios del alma, no pone los ojos en su grandeza, mas en la grandeza de su humildad.

25. *El que tuviere vergüenza de confesarme delante de los hombres, también la tendré Yo de confesarle delante de mi Padre*, dice el Señor.

26. El cabello que se peina a menudo estará esclarecido y no tendrá dificultad en peinarse cuantas veces quisiere; y el alma que a menudo examinare sus pensamientos, palabras y obras, que son sus cabellos, obrando por amor de Dios todas las cosas, tendrá muy claro su cabello, y mirarle ha el Esposo su cuello, y *quedará preso en él, y llagado en uno de sus ojos,* que es la pureza de intencion con que obra todas las cosas. El cabello se comienza a peinar de lo alto de la cabeza si queremos esté esclarecido; todas nuestras obras se han de comenzar desde lo más alto del amor de Dios, si quieres que sean puras y claras.

27. El cielo es firme y no está sujeto a generación, y las almas, que son de naturaleza celestial, son firmes y no están sujetas a engendrar apetitos ni otra cualquier cosa, porque se parecen a Dios en su manera, que no se mueven para siempre.

28. No comer en pastos vedados, que son los de esta vida presente, porque *bienaventurados son los que han hambre y sed de justicia, porque ellos serán hartos*. Lo que pretende Dios es hacernos dioses por participación, siéndolo Él por naturaleza, como el fuego convierte todas las cosas en fuego.

29. Toda la bondad que tenemos es prestada, y Dios la tiene por propia obra; Dios y su obra es Dios.

30. La sabiduría entra por el amor, silencio y mortificación; grande sabiduría es saber callar y no mirar dichos ni hechos ni vidas ajenas.

31. Todo para mí, y nada para Ti.

32. Todo para Ti, y nada para mí.

33. Déjate enseñar, déjate mandar, déjate sujetar y despreciar, y serás perfecta.

34. Cinco daños causa cualquier apetito en el alma: el primero, que la inquieta; el segundo, que la enturbia; el tercero, que la ensucia; el cuarto, que la enflaquece; el quinto, que la oscurece.

35. La perfección no está en las virtudes que el alma conoce de sí, mas consiste en las que nuestro Señor ve en el alma, la cual es carga cerrada, y así no tiene de qué presumir, mas estar el pecho por tierra acerca de sí.

36. El amor no consiste en sentir grandes co-

sas, sino en tener grande desnudez y padecer por el Amado.

37. Todo el mundo no es digno de un pensamiento del hombre, porque a solo Dios se debe, y así, cualquier pensamiento que no tenga en Dios se le hurtamos.

38. Las potencias y sentidos no se han de emplear todos en las cosas, sino lo que no se puede excusar, y lo demás dejarlo desocupado para Dios.

39. No mirar imperfecciones ajenas, guardar silencio y continuo trato con Dios desarraigarán grandes imperfecciones del alma y la harán señora de grandes virtudes.

40. Las señales del recogimiento interior son tres: la primera, si el alma no gusta de las cosas transitorias; la segunda, si gusta de la soledad y silencio y acudir a todo lo que es más perfección; la tercera, si las cosas que solían ayudarle le estorban, como es las consideraciones y meditaciones y actos, no llevando el alma otro arrimo a la oración sino la fe y la esperanza y la caridad.

41. Si un alma tiene más paciencia para sufrir y más tolerancia para carecer de gustos, es señal que tiene más aprovechamiento en la virtud.

42. Las condiciones del pájaro solitario son cinco: la primera, que se va a lo más alto; la segunda, que no sufre compañía, aunque sea de su naturaleza; la tercera, que pone el pico al aire; la cuarta, que no tiene determinado color; la quinta, que canta suavemente. Las cuales ha de tener el alma contemplativa: que se ha de subir sobre las cosas transitorias, no haciendo más caso de ellas que si no fuesen; y ha de ser tan amiga de la so-

ledad y silencio, que no sufra compañía de otra criatura; ha de poner el pico al aire del Espíritu Santo, correspondiendo a sus inspiraciones, para que, haciéndolo así, se haga más digna de su compañía; no ha de tener determinado color, no teniendo determinación en ninguna cosa, sino en lo que es voluntad de Dios; ha de cantar suavemente en la contemplación y amor de su Esposo.

43. Los hábitos de voluntarias imperfecciones que nunca acaban de vencerse, no solamente impiden a la divina unión, pero para llegar a la perfección, como son, costumbre de hablar mucho, algún asimientillo sin vencer, como a persona, vestido, celda, libro, tal manera de comida, y otras conversaciones y gustillos en querer gustar de las cosas, saber y oír, y otras semejantes.

44. Si gloriarte quieres, y no quieres parecer necio y loco, aparta de ti las cosas que no son tuyas, y de lo que queda habrás gloria; mas, por cierto, si todas las cosas que no son tuyas apartas, en nada serás tornado, pues de nada te debes gloriar si no quieres caer en vanidad. Mas descendamos ahora especialmente a los dones de aquellas gracias que hacen a los hombres graciosos y agradables delante de los ojos de Dios; cierto es que de aquellos dones no te debes gloriar que aún no sabes si los tienes.

45. ¡Oh, cuán dulce será a mí la presencia tuya, que eres sumo Bien; allegarme he yo con silencio a Ti, y descubrirte he los pies (*Rut.*, 3, 4), porque tengas por bien de juntarme contigo en matrimonio a mí, y no holgaré hasta que me goce en tus brazos; y ahora te ruego, Señor, que no me dejes en ningún tiempo en mi recogimiento, porque soy desperdiciadora de mi alma.

46. Desasida de lo exterior, desaposesionada de lo interior, desapropiada de las cosas de Dios, ni lo próspero la detiene ni lo adverso la impide.

47. El alma que está unida con Dios, el demonio la teme como al mismo Dios.

48. El más puro padecer trae y acarrea más puro entender.

49. El alma que quiere que Dios se le entregue todo, se ha de entregar toda, sin dejar nada para sí.

50. El alma que está en unión de amor, hasta los primeros movimientos no tiene.

51. Los amigos viejos de Dios, por maravilla faltan a Dios, porque están ya sobre todo lo que les puede hacer faltar.

52. Amado mío, todo lo áspero y trabajoso quiero para mí, y todo lo suave y sabroso quiero para Ti.

53. La mayor necesidad que tenemos para aprovechar es de callar a este gran Dios, con el apetito y con la lengua, cuyo lenguaje que Él mas oye sólo es el callado amor.

54. Fe sencilla para buscar a Dios. La luz que aprovecha en lo exterior para no caer, es al revés en las cosas de Dios, de manera que es mejor no ver, y tiene el alma más seguridad.

55. Más se granjea en los bienes de Dios en una hora que en los nuestros toda la vida.

56. Ama el no ser conocida de ti ni de los otros. Nunca mirar los bienes ni los males ajenos.

57. Andar a solas con Dios, obrar en el medio, esconder los bienes de Dios.

58. Andar a perder y que todos nos ganen, es de ánimos valerosos, de pechos generosos, de corazones dadivosos; es condición dar antes que recibir hasta que vienen a darse a sí mismos, porque tienen por gran carga poseerse; que más gustan de ser poseídos y ajenos de sí, pues somos más propios de aquel infinito Bien que nuestros.

59. Grande mal es tener más ojo a los bienes de Dios que al mismo Dios, oración y desapropio.

60. Mire aquel infinito saber y aquel secreto escondido, qué paz, qué amor, qué silencio está en aquel pecho divino, qué ciencia tan levantada es la que Dios allí enseña, qué es lo que llamamos actos anagógicos, que tanto encienden el corazón.

61. Mucho se desmejora y menoscaba el secreto de la conciencia todas las veces que alguno manifiesta a los hombres el fruto de ella, porque entonces recibe por galardón el fruto de la fama transitoria.

62. Nunca tomes por ejemplo al hombre en lo que hubieres de hacer, por santo que sea, porque te pondrá el demonio delante sus imperfecciones; sino imita a Cristo, que es sumamente perfecto y sumamente santo, y nunca errarás.

63. Buscad leyendo, y hallaréis meditando; llamad orando y abriros han contemplando.

64. Preguntando una vez el Venerable Padre Fray Juan de la Cruz cómo se arrobaba uno, respondió: que negando su voluntad y haciendo la de Dios, porque éxtasis no es otra cosa que un salir el alma de sí y arrebatarse en Dios, y esto hacía el que obedecía, que es salir de sí y de su propio querer, y aligerando se anegaba en Dios.

65. Hable poco, y en cosas que no es preguntado no se meta.

66. Siempre procure traer a Dios presente y conservar en sí la pureza que Dios le enseña.

67. No se disculpe ni rehuse ser corregido de todos; oiga con rostro sereno toda reprensión; piense que se lo dice Dios.

68. Viva como si no hubiese en este mundo más que Dios y ella, para que no pueda su corazón ser detenido por cosa humana.

69. Tenga por misericordia de Dios que alguna vez le digan alguna buena palabra, pues no merece ninguna.

70. Nunca deje derramar su corazón, aunque sea por un credo.

71. Nunca oiga flaquezas ajenas, y si alguna se quejare a ella de otra, podrále decir con humildad no le diga nada.

72. No se queje de nadie, no pregunte cosa alguna, y si le fuere necesario preguntar, sea con pocas palabras.

73. No rehuse el trabajo, aunque le parezca no lo podrá hacer. Hallen todos en ella piedad.

74. No contradiga; en ninguna manera hable palabras que no vayan limpias.

75. Lo que hablare sea de manera que no sea nadie ofendido, y que sea en cosas que no le pueda pesar que lo sepan todos.

76. No niegue cosa que tenga, aunque la haya menester.

77. Calle lo que Dios le diere, y acuérdese de aquel dicho de la Esposa: *Mi secreto, para mi,*

78. Procure conservar el corazón en paz, no le desasosiegue ningún secreto de este mundo, mire que todo se ha de acabar.

79. No pare mucho ni poco en quién es contra ella o con ella, y siempre procure agradar a su Dios. Pídale se haga en ella su voluntad. Ámele mucho, que se lo debe.

DOCE ESTRELLAS PARA LLEGAR A LA SUMA PERFECCIÓN

Amor de Dios, amor del prójimo, obediencia, castidad, pobreza, asistir al coro, penitencia, humildad, mortificación, oración, silencio, paz.

AVISOS DEL SANTO

1. El que con puro amor obra por Dios, no solamente no se le da de que lo sepan los hombres, pero ni lo hace porque lo sepa el mismo Dios; el cual, aunque nunca lo hubiese de saber, no cesaría de hacer los mismos servicios y con la misma alegría y amor.

2. *Otro para vencer los apetitos:* Traer un ordinario apetito de imitar a Jesucristo en todas sus obras, conformándose con su vida, la cual debe considerar para saber imitar y haberse en todas las cosas como Él se hubiera.

3. Para poder hacer esto es necesario que cualquier apetito o gusto, si no fuere puramente por honra y gloria de Dios, renunciarlo y quedarse en vacío por amor del que en esta vida no tuvo ni quiso más de hacer la voluntad de su Padre, la cual llamaba *su comida y manjar.*

Para mortificar las cuatro pasiones naturales, que son gozo, tristeza, temor y esperanza, aprovecha lo siguiente:

4. Procurar siempre inclinarse, no a lo más fácil, sino a lo más dificultoso; no a lo más sabroso, sino a lo más desabrido; no a lo más gustoso, sino a lo que no da gusto; no inclinarse a lo que es descanso, sino a lo más trabajoso; no a lo que es consuelo, sino a lo que no es consuelo; no a lo más, sino a lo menos; no a lo más alto, y precioso, sino a lo más bajo y despreciado; no a lo que es querer algo, sino a lo que no es querer nada; no andar buscando lo mejor de las cosas, sino lo peor; y traer desnudez y vacío y pobreza por Jesucristo de cuanto hay en el mundo.

5. Para la concupiscencia: 1) Procurar *obrar* en desnudez y desear que los otros lo hagan. 2) Procurar *hablar* en desprecio y desear que todos lo hagan. 3) Procurar *pensar* bajamente de sí y desear que los otros lo hagan.

6. El venerable Padre, entre otras cosas que escribía, una vez escribió para cada una de las religiosas un dicho para su aprovechamiento espiritual, y aunque los trasladé todos, solos los dos que se siguen me dejaron: 1) Tenga fortaleza en el corazón contra todas las cosas que le movieron a lo que no es Dios, y sea amiga de las pasiones (1) por Cristo. 2) Prontitud en la obediencia, gozo, en el padecer, mortificar la vista, no querer saber nada, silencio y esperanza. 3) Refrene mucho la lengua y el pensamiento y traiga de ordinario el afecto en Dios y calentársele ha el espíritu divino mucho. Léalo muchas veces.

---

(1) En el sentido de *padecimientos.*

OTROS AVISOS

1. Cuanto más te apartas de las cosas terrenas, tanto más te acercas a las celestiales, y más hallas en Dios.

2. Quien supiere morir a todo, tendrá vida en todo.

3. *Apártate del mal, obra el bien y busca la paz.*

4. Quien se queja o murmura no es perfecto ni aun buen cristiano.

5. Humilde es el que se esconde en su propia nada y se sabe dejar a Dios.

6. Manso es el que sabe sufrir al prójimo y sufrirse a sí mismo.

7. Si quieres ser perfecto, vende tu voluntad y dala a los pobres de espíritu, y ven a Cristo por mansedumbre y humildad, y síguele hasta el calvario y sepulcro.

8. Quien de sí propio se fía, peor es que el demonio.

9. Quien a su prójimo no ama, a Dios aborrece.

10. Quien obra con tibieza, cerca está de la caída.

11. Quien huye de la oración, huye de todo lo bueno.

12. Mejor es vencerse en la lengua, que ayunar a pan y agua.

13. Mejor es sufrir por Dios, que hacer milagros.

14. ¡Oh, qué bienes serán aquellos que gozaremos con la vista de la Santísima Trinidad!

ORACIÓN A LA SANTÍSIMA VIRGEN

Santísima María, Virgen de vírgenes, Sagrario de la Santísima Trinidad. Espejo de los ángeles, Refugio seguro de los pecadores: apiádate de nuestros trabajos, recibe con clemencia nuestros suspiros y aplaca la ira de tu Hijo santísimo